

職場のメンタルヘルス・セルフケア研修 「ストレス・コミュニケーションコントロール」

講師紹介

日時 令和8年 **11月08日**

時間 10:00～12:00（開場9:30）

場所 和歌山 ビッグ愛 9階 会議室C

講師 **伊藤 承男**

定員 **50名**

参加費 **無料**

募集期間 令和8年 11月06日まで



伊藤 承男 先生

厚生労働大臣認定 産業カウンセラー
教育カウンセラー
健康経営アドバイザー
防災士
iライフサポート研究所 所長

◇産業カウンセラー保健同人フロンティア専属カウンセラーEAPカウンセラーとして認知行動療法、対人関係療法を用いたカウンセリング・研修講師・企業のメンタルヘルスに関する、コンサルティングを実施。

◇日本認知療法学会会員

◇ヤマハ、スターバックスコーヒージャパン、堀場製作所/グループ、大和ハウス等、大手企業での研修・カウンセリング・多数

人事・労務・産業保健スタッフ向け各種セミナー(セルフケア・ラインケア・パワハラ研修)等実施されています。

※定員に余裕がございましたら、当日でもご参加いただけます。

ストレスへの理解を深め、ストレスとの上手な付き合い方や、上司と部下の関係、考え方やコミュニケーションの違いについて一緒に考えお互いを理解しながら、気持ちよく働くためのヒントや対処法を見つけましょう！

悩める人事ご担当者や管理職、監督者の皆様に送る特別講座です。

注意事項

●お申込みに対する返信は定員オーバーの場合のみとさせていただきます。
お申込みいただいた時点で返信がなければ受講いただけますのでご安心ください。

●荒天の場合など、中止する場合は当ホームページでご連絡します。
また当NPOからのご連絡があれば下記のメールアドレスから送信します。
携帯電話等でパソコンからのメール受信制限されている方は、
受信できるように設定をお願いいたします。→info@cocosapo.net

●お申し込みの際に頂戴する個人情報は当NPOからのご案内のみに使用させていただきます。

お申し込み方法



<https://forms.gle/5eC46DckeYVikDGk9>

メールでの受付も可能です。
info@cocosapo.netへ
受講講座名とお名前をお送りください

主催

特定非営利活動法人 心のSOSサポートネット

〒640-8341
和歌山県和歌山市黒田2丁目2-22
SKファーストビル702号室
TEL090-9623-4743
Mail/info@cocosapo.net
<http://cocosapo.net>

